

Abteilungsleiterin

Dorothee Hartkamp Tel. 2892

stellv. Abteilungsleiter

Bernfried Bollmann Tel. 4757

im Internet

[www.tv-rhede.de](http://www.tv-rhede.de)

...bei uns bewegt sich was!

Sportart und Inhalt	Zielgruppe	Ort	Tag	Zeit	Leitung	Telefon
<b>Turnen für Eltern und Kinder</b>	Kinder ab 2 J	Ludgerus I	Mo	15:30 bis 16:45	Claudia Terwiel	807933
	Kinder ab 1,5 J	Ludgerus I	Mi	15:30 bis 16:30	Anika Petri	9489155
	Kinder ab 1,5 J	Ludgerus I	Mi	16:30 bis 17:30	Anika Petri	9489155
	Kinder ab 1,5 J	Altes Jugendheim	Do	9:30 bis 10:30	Claudia Terwiel	807933
<b>Turnen und Spiel für Kinder</b>	Kinder ab 4 J	Ludgerus II	Mo	15:30 bis 16:45	Sabine Rottstegge	932324
	Kinder ab 8 J	Ludgerus II	Mi	17:30 bis 18:30	Anika Petri	9489155
	Kinder ab 4 J	Overberghalle	Do	16:00 bis 17:00	Katharina Hügging	803417
	Kinder ab 7 J	Overberghalle	Do	17:00 bis 18:00	Katharina Hügging	803417
<b>Fitness-Gymnastik</b>  Inhalt der Stunden: Kräftigung für Rücken, Bauch, Beine, Po, Ausdauer und Koordination, Aerobic und Step, Dehnung und Entspannung, Förderung der Beweglichkeit	Frauen	Ludgerus II	Mo	17:00 bis 18:00	Silvia Warnke	1280
	Frauen	Ludgerus II	Mo	18:00 bis 19:00	Dorothee Hartkamp	2892
	Frauen	Ludgerus II	Mo	20:00 bis 21:15	Ingrid Ott	5082
	Frauen	Overberghalle	Di	19:00 bis 20:15	Sandra Rößing	981833
	Frauen ab 50	Sportzentrum	Mi	8:30 bis 10:00	Brigitte Eckers	3348
	junge Leute	Ludgerus II	Mi	20:00 bis 21:30	Sandra Rößing	981833
	Frauen	Sportzentrum	Do	9:30 bis 10:45	Dorothee Hartkamp	2892
	Frauen XL	Altes Jugendheim	Do	18:00 bis 19:00	Jutta Paßerschroer	7896
<b>Rücken-Gymnastik</b>  Gymnastik zur Stärkung des Rückens	Frauen und Männer	Ludgerus II	Do	18:00 bis 19:00	Silvia Warnke	1280
	Frauen	Altes Jugendheim	Mo	10:45 bis 11:45	Anne Przyrowski	9199515
	Frauen und Männer	Overberghalle	Di	18:00 bis 19:00	Mechthild Winkelmann	948866
	Frauen	Ludgerus II	Mi	18:45 bis 20:00	Mechthild Winkelmann	948866
<b>Fit 60+</b>	Frauen und Männer	Ludgerus I	Mi	18:45 bis 20:00	Dorothee Hartkamp	2892
	Stuhlgymnastik	Frauen und Männer	Di	16:00 bis 16:45	Mathilde Hesselmann	1224
<b>Tanzen</b>	Jazz Dance	Frauen	Mo	19:00 bis 20:00	Gabi Terhart	7454
	Kindertanz	Mädchen ab 6 J	Di	17:00 bis 18:00	Yvonne Teschlade	0176 63018190
	Choreo Dance	Mädchen ab 10 J	Di	18:00 bis 19:00	Yvonne Teschlade	0176 63018190
	Zumba Gold	Frauen und Männer	Mi	17:45 bis 18:45	Anke Overkämping	0157 34811300
<b>Ballspiele</b>	Prellball	Frauen	Di	20:15 bis 21:45	Josefa Rosien	3960
	Basketball	Männer	Do	20:00 bis 21:30	Klaus Bertram	2127
	Faustball	Frauen und Männer	Fr	16:30 bis 18:00	Josef Ellering	3313